

## **BAB I**

### **PENDAHULUAN**

#### **1.1. Latar Belakang Masalah**

Pekerjaan merupakan salah satu aktivitas manusia yang penting untuk memenuhi kebutuhan dasar hidupnya. Manusia sebagai makhluk sosial dan individu mencari pekerjaan sebagai bentuk apresiasi dari kualitas pendidikan, bakat dan keahlian yang dimilikinya. Orang akan dianggap terpuja dan dihormati apabila dalam pekerjaannya mampu mencapai prestasi puncak di lembaga sipil atau militer maupun swasta. Jabatan, pangkat ataupun otoritas tugas yang diembannya memberikan status bagi individu dalam relasi sosialnya.

Usia produktivitas dalam bekerja umumnya berada antara usia 20 tahun sampai 60 tahun, baik yang memiliki pendidikan ataupun keterampilan atau keahlian tertentu. Di lembaga militer Indonesia, batas usia kedisiplinan aktif bagi prajurit TNI ditetapkan dalam Undang-Undang Republik Indonesia Nomor 34 Tahun 2004 Pasal 53 yang menyatakan bahwa prajurit melaksanakan dinas keprajuritan sampai usia paling tinggi 58 (lima puluh delapan) tahun bagi perwira dan usia 53 (lima puluh tiga) tahun bagi bintara dan tamtama.

Setelah batas usia tersebut, karyawan akan memasuki masa pensiun. Pensiun merupakan masa dimana seseorang tidak lagi menggunakan tenaga dan pikirannya untuk aktivitas produksi, karena pada usia tersebut individu sudah dianggap tidak produktif lagi. Menurut Schwartz (dalam Hurlock: 417), pensiun merupakan akhir pola hidup atau masa transisi ke pola hidup baru. Pensiun

menyangkut perubahan peran, perubahan keinginan dan nilai, serta perubahan secara keseluruhan terhadap pola hidup setiap individu.

Masa pensiun ini terjadi pada periode yang disebut *dewasa madya* atau usia setengah baya yaitu antara usia empat puluh tahun sampai dengan enam puluh tahun (Hurlock, 1980: 320). Pada masa ini, individu mengalami penurunan dalam hal fisik dan semakin besarnya tanggung jawab, serta semakin berkurangnya jumlah waktu yang tersisa dalam kehidupan. Masa ini merupakan suatu titik ketika individu berusaha meneruskan sesuatu yang berarti bagi generasi berikutnya, dan suatu masa ketika seseorang mencapai dan mempertahankan kepuasan dalam karirnya (Santrock, 1995: 139).

Dengan adanya penurunan kekuatan fisik yang biasanya diikuti oleh penurunan daya ingat pada usia ini (Hurlock, 1980: 320), maka individu diharapkan untuk dapat melakukan penyesuaian diri terhadap berbagai perubahan jasmani yang menyebabkan produktivitas kerja mereka akan menurun serta diharapkan siap menghadapi masa pensiun.

Dalam kenyataannya, tidak semua individu siap menjalani pensiun. Bagi individu tertentu, keadaan menganggur tanpa melakukan kegiatan merupakan hal yang tidak menyenangkan, karena tidak lagi melakukan pekerjaan rutin yang biasa dilakukan. Ketika menjelang masa pensiun, sebagian orang merasa cemas karena tidak tahu kehidupan macam apa yang akan dihadapi kelak (Rini, 2001, *Pensiun dan Pengaruhnya*, para 1). Banyak pula yang menganggap bahwa pensiun merupakan pertanda sudah tidak berguna dan tidak dibutuhkan lagi karena usia dan menurunnya produktivitas.

Namun demikian, sesungguhnya pensiun bukanlah hal yang perlu ditakuti. Jika benar-benar merasa siap bahwa suatu saat akan mengalami hal demikian, maka individu tidak akan mengalami kecemasan atau stres serta tidak merasa tidak berguna ketika menghadapi pensiun. Masa pensiun seharusnya tidak menjadi "*momok*" dalam kehidupan. Dengan pensiun, berarti tiba masa menikmati sisa hidup dan tidak lagi melakukan aktivitas rutin sehari-hari. Namun bagi sebagian orang, pensiun dianggap sebagai akhir hidup karena tidak lagi bekerja dan tidak lagi mendapat tunjangan serta fasilitas yang pernah dinikmati ketika bekerja.

Sebenarnya, pensiun dapat dilakukan secara sukarela ataupun secara wajib. Beberapa orang menjalani pensiun sukarela sebelum masa pensiun wajib tiba. Hal ini disebabkan karena alasan kesehatan atau keinginan untuk menghabiskan sisa hidupnya dengan melakukan hal-hal yang lebih berarti bagi diri mereka daripada pekerjaannya. Sedangkan sebagian lain, pensiun dilakukan karena terpaksa atau wajib karena organisasi atau institusi dimana mereka bekerja menentukan batasan usia pensiun, tidak mempertimbangkan apakah karyawannya senang atau tidak (Hurlock, 1980: 417). Walaupun pensiun tidak memberikan dampak negatif bagi semua orang, namun pensiun akan dirasakan memberikan dampak buruk terutama bagi mereka yang melakukan pensiun karena terpaksa atau secara wajib.

Oleh karena itu, untuk mempersiapkan individu memasuki masa pensiun, di lingkungan TNI AL diadakan Masa Persiapan Pensiun (MPP) bagi perwira tinggi TNI AL, yaitu Laksamana Pertama (Bintang satu), Laksamana Muda (Bintang dua), Laksamana Madya (Bintang tiga), dan Laksamana (Bintang empat). Dalam

masa persiapan pensiun ini, individu diberi kesempatan selama 1 tahun sebelum pensiun untuk mencari pekerjaan di luar. Menurut Surat Keputusan Panglima TNI Nomor Skep/252/VI/2005, MPP bertujuan untuk memberikan kesempatan kepada para prajurit TNI untuk melanjutkan pengabdianya di luar lingkungan TNI. Mereka diperbolehkan untuk masuk ataupun tidak masuk kerja sebagai pejabat TNI AL selama masa persiapan pensiun.

Dalam masa persiapan pensiun ini tidak ada pembekalan apapun dari instansi TNI AL. Mereka hanya diberi 1 tahun untuk menyiapkan sendiri masa pensiun. Secara prosedural, mereka harus meminta ijin terlebih dahulu apabila ingin menggunakan masa persiapan pensiun tersebut. Apabila mengambil masa persiapan pensiun ini, individu tetap mendapat gaji dan tunjangan-tunjangan yang lain kecuali tunjangan jabatan karena tidak menjabat lagi.

Sebagian individu sudah mulai menyiapkan diri untuk menghadapi masa pensiun jauh sebelum masa kerja selesai. Mulai dari segi finansial, fisik hingga kesiapan mental ketika nanti mereka tidak bekerja lagi sebagai perwira tinggi TNI AL. Secara finansial, biasanya mereka mulai membiasakan diri untuk menabung atau memiliki tabungan di masa tua (deposito). Jadi ketika pensiun, mereka dapat mengelola keuangan yang dimiliki menjadi usaha (investasi) yang dapat menghasilkan dana untuk hari tua. Secara fisik, untuk menjaga kesehatan tubuh biasanya mereka melakukan olahraga secara teratur. Secara mental, mereka mulai membiasakan diri dengan tidak mendapatkan pelayanan dan fasilitas yang didapatkan ketika bekerja, serta mencari pekerjaan baru. Tak sedikit yang

mendapatkan tawaran pekerjaan dari perusahaan atau instansi lain dan dengan posisi yang bagus pula.

Namun, tak sedikit juga yang terlena dengan semua pelayanan, fasilitas serta gaji yang mencukupi sehingga mereka tidak bersiap diri menghadapi pensiun. Karena sudah terbiasa dengan fasilitas dan pelayanan yang biasa mereka dapatkan ketika bekerja, seperti adanya mobil dinas, sopir, pengurus rumah tangga, rumah dinas (sewaktu menjabat) dan seluruh biaya ditanggung oleh instansi TNI AL, dan sebagainya. Setelah pensiun, semua fasilitas tersebut akan ditarik oleh instansi. Mereka umumnya kaget ketika tidak mendapatkan semua fasilitas serta pelayanan tersebut. Karena tidak mempersiapkan diri dengan baik, hal ini menyebabkan mereka mengalami *shock* setelah pensiun.

Tidak semua karyawan menggunakan MPP tersebut dengan baik. Padahal perubahan rutinitas yang drastis dapat menyebabkan beberapa dampak negatif. Bila pada masa sebelumnya mereka mengalami peningkatan karir dari tahun ke tahun yang berakibat makin banyaknya aktivitas yang menuntut tenaga dan pikiran ekstra, maka setelah pensiun aktivitasnya jauh berkurang. Ujungnya, mereka mengalami *stres*, yang merupakan gejala kejiwaan labil dan muncul tatkala seseorang turun dari kekuasaan atau jabatan tinggi yang dimilikinya sebelumnya, atau sering dikatakan sebagai *Post Power Syndrome*. Tidak jarang ada yang jatuh sakit dan harus dirawat di rumah sakit karena mereka merasa *down* atau *shock*.

Ketika tidak lagi bekerja, individu akan kehilangan semua fasilitas yang dulu pernah mereka dapatkan ketika menjabat. Dalam hal ini individu harus

menyesuaikan diri dengan kondisi dan situasi yang baru yaitu membaaur dengan lingkungan masyarakat, tidak lagi di dalam lingkungan TNI. Disinilah fungsi MPP yaitu membantu individu untuk beradaptasi dengan perubahan peran, kondisi dan situasi di luar lingkungan TNI AL.

Dalam situasi seperti itu, penyesuaian diri terhadap pensiun merupakan hal yang penting untuk terciptanya kesehatan jiwa dan mental individu. Calhoun dan Acocella menjelaskan bahwa penyesuaian diri adalah interaksi kontinyu antara diri sendiri, orang lain, dan lingkungan (Sobur, 2003: 526). Menurut Palmore (dalam Hoyer, 1999: 493), individu dewasa yang bisa menyesuaikan diri adalah orang yang sehat, memiliki jaringan sosial yang luas termasuk teman, keluarga, dan biasanya lebih terpuaskan dengan kehidupan sebelum pensiun. Sebaliknya, individu dewasa dengan pendapatan yang tidak cukup, kesehatan buruk, serta stres yang terjadi bersamaan waktu pensiun seperti kematian pasangan ataupun persoalan kesehatan akan mengalami masa penyesuaian paling sulit terhadap pensiun (Stull&Hatch dalam Hoyer, 1999: 493).

Dengan demikian, penyesuaian diri merupakan hal yang sangat penting bagi individu untuk beradaptasi terhadap pensiun. Apabila individu mampu menyesuaikan diri dengan baik maka stres paska pensiun dapat dicegah atau diminimalkan. Namun, apabila individu tidak mampu menyesuaikan diri terhadap pensiun dengan baik maka peluang stres paska pensiun menjadi lebih besar.

Berdasarkan fenomena tersebut, peneliti tertarik untuk melakukan penelitian lebih lanjut mengenai penyesuaian diri terhadap pensiun dan kecenderungan stres paska pensiun pada purnawirawan perwira tinggi TNI AL.

## **1.2. Batasan Masalah**

Stres yang dimaksud dalam penelitian ini adalah *distress*, yaitu stres yang dianggap oleh individu sebagai ancaman yang mencemaskan bagi dirinya yang dapat menimbulkan penyakit fisik dan mental serta mengarah ke perilaku yang tidak wajar.

Adapun purnawirawan perwira yang dimaksud adalah perwira tinggi TNI AL yang telah selesai masa baktinya. Purnawirawan perwira dalam penelitian ini adalah purnawirawan perwira tinggi yaitu yang berpangkat Laksamana Pertama (Bintang Satu), Laksamana Muda (Bintang Dua) dan Laksamana Madya (Bintang Tiga) serta memiliki jabatan sebelum masa pensiun secara struktural dalam TNI AL. Purnawirawan yang diteliti berusia antara 58-60 tahun.

## **1.3. Rumusan Masalah**

Melalui penelitian ini diajukan suatu rumusan masalah sebagai berikut :

“Apakah ada hubungan antara penyesuaian diri terhadap pensiun dan kecenderungan stres paska pensiun pada purnawirawan perwira tinggi TNI AL?”

## **1.4. Tujuan Penelitian**

Adapun tujuan yang ingin diperoleh dari penelitian ini adalah untuk mengetahui apakah ada hubungan antara penyesuaian diri terhadap pensiun dan kecenderungan stres paska pensiun pada purnawirawan perwira tinggi TNI AL.

## **1.5. Manfaat Penelitian**

### **1.5.1. Manfaat Teoritis**

Dapat menjadi sumbangan pemikiran atau informasi bagi ilmu psikologi, terutama dalam bidang psikologi perkembangan yang mempelajari tentang individu pada masa dewasa madya yang telah mengalami masa pensiun.

### **1.5.2. Manfaat Praktis**

1. Bagi perwira tinggi TNI AL, hasil penelitian ini dapat memberikan masukan mengenai hubungan penyesuaian diri terhadap pensiun dan kecenderungan stres paska pensiun.
2. Bagi pimpinan TNI AL, hasil penelitian ini dapat menjadi masukan mengenai kebijakan dalam mempersiapkan para perwira tinggi TNI AL untuk memasuki masa pensiun.